



空手道

Björn Dethlefsen aus Krummesse

Der Krummesser Sportverein bietet ab sofort eine neue Sparte an:

KARATE

Karate Do ist Freude an der Bewegung; zudem fordert Karate ein höchstes Maß an Konzentration und Aufmerksamkeit.

Ob Ausgleichssport, allgemeine Fitness oder Selbstverteidigung: Karate eröffnet allen Altersgruppen ein breites sportliches Betätigungsfeld. Karate ist nicht nur interessant für Jung und Alt. Durch die Vielseitigkeit fördert Karate Gesundheit und Wohlbefinden.

Das Wort Karate ist die Kombination aus zwei japanischen Ausdrücken: „Kara“ bedeutet leer und „te“ Hand. Es verweist auf das Kämpfen ohne Waffen. Manchmal wird der Begriff „do“ hinzugefügt, was so viel wie „der Weg oder die Art und Weise“ bedeutet. Das Ergebnis ist „Karate-Do – Weg der leeren Hand“. Dieses soll heißen: Karate ist eine Lebenseinstellung, die weit über die reine Selbstverteidigung hinausgeht

Karate stammt aus Japan, dessen Ursprünge bis etwa 500 Jahre n. Chr. zurückreichen. Es ist eine spezielle Kampfkunst zur Selbstverteidigung, bei der alle Gliedmaßen des menschlichen Körpers eingesetzt werden, um einen Angreifer abzuwehren. Diese Kampfkunst gilt auch als Weg der Selbstfindung und Selbsterfahrung. Als Wettkampfsport ist Karate relativ jung – erst Anfang des 20. Jahrhunderts entstand ein Kampfsport mit eigenem Regelwerk. Karate kann man heute als Gesundheits- und Breitensport, als Leistungs- oder als Spitzensport betreiben. Karate ist von der WHO (Weltgesundheitsorganisation) anerkannt und als Gesundheitssport eingestuft.

Interessierte von 5-90 Jahren können sich gerne am Freitag um 18.00 Uhr in Sportkleidung beim Training in der Sporthalle Krummesse einfinden!

DER VORSTAND